Jadłospis Jadłospis 16.11-20.11.2026 r.

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

16.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Śniadanie II

Rogal z wiśnią (pszenica, jaja, mleko)
Mleko krowie, 3,2% tłuszczu
Jabłko

Obiad

Zupa krem z dyni
Składniki: woda, dynia, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, chleb pszenno-żytni, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Łazanki z białą i kiszoną kapustą
Składniki: kapusta kiszona, kapusta biała, makaron pszenny bezjajeczny, cebula, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Kolacja

Herbata truskawkowa, bez cukru
Składniki: woda, herbata truskawkowa
Chleb pszenny
Masło ekstra (z mleka)
Kiełbasa krakowska, sucha
Papryka czerwona
Sałata lodowa
Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Robert Pawlak
pomoc administracyjna

17.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Kakao
Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier
Chleb pszenny
Twaróg w plastrach (z mleka)
Sałata lodowa
Sałatka z pomidorów i szczypiorku
Składniki: pomidor, cebula, szczypiorek, olej rzepakowy

Śniadanie II

Deser ryżowy (z mleka)
Gruszka

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem
Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, makaron pszenny bezjajeczny, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Udko z kurczaka pieczone
Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy
Ziemniaki
Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką
Składniki: kapusta pekińska, jabłko, marchew, śmietana 18% (z mleka), cytryna, majonez (jaja, gorczyca), cukier, sól biała, pieprz
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Kolacja

Herbata owocowa
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa
Chleb pszenny
Kiełbasa na gorąco
Składniki: woda, kiełbasa śląska
Keczup
Pomidor
Dżem truskawkowy, niskosłodzony
Ogórek

18.11.2026 Środa

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku
Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień)
Chleb pszenny
Polędwica sopocka
Ser gouda tłusty (z mleka)
Rzodkiewka
Papryka czerwona

Śniadanie II

Tosty z serem żółtym
Składniki: pieczywo tostowe pszenne (soja), ser edamski tłusty (z mleka)
Chipsy jabłkowe

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem
Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron pszenny bezjajeczny, śmietana 12% (z mleka), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Klopsy w sosie własnym
Składniki: wieprzowina łopatka, cebula, olej rzepakowy, jaja kurze całe, bułki pszenne zwykłe, mąka pszenna, typ 450, sól biała, pieprz
Sałata lodowa z jogurtem naturalnym
Składniki: sałata, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka)
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Kolacja

Herbata miętowa
Chleb pszenny
Masło ekstra (z mleka)
Jajko gotowane z majonezem
Składniki: jaja kurze całe, majonez (jaja, gorczyca), pieprz
Sałatka z ogórka zielonego
Składniki: ogórek, por, olej rzepakowy
Serek śmietankowy (z mleka)

19.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
Chleb pszenny
Pasztet drobiowy
Składniki: marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, mięso z udźca indyka, bez skóry, cebula, jaja kurze całe, bułki pszenne zwykłe, olej rzepakowy
Sałata lodowa z oliwą i słonecznikiem
Składniki: lodowa sałata, słonecznik, nasiona, oliwa
Marchewka tarta
Składniki: marchew

Śniadanie II

Wafle ryżowe
Mandarynki

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza jęczmienna, perłowa, kurczak, tuszka, wieprzowina żeberka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryba Miruna po grecku
Składniki: miruna świeża, filety bez skóry (ryba), marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, przecier pomidorowy, por, olej rzepakowy, mąka pszenna, typ 450, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, cukier, sól biała, pieprz, papryka słodka
Ziemniaki
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Kolacja

Herbata malinowa
Chleb pszenny
Sałatka z tuńczykiem i ryżem
Składniki: ryż biały, tuńczyk w sosie własnym (ryba), kukurydza, konserwowa, majonez (jaja, gorczyca), jaja kurze całe, cebula
Serek ziołowy (z mleka)

20.11.2026 Piątek

Śniadanie

Zupa mleczna z kukurydzianymi płatkami
Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane
Herbata
Chleb pszenny
Masło ekstra (z mleka)
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem
Składniki: jaja kurze całe, majonez (jaja, gorczyca), szczypiorek
Sałata lodowa
Pomidor

Śniadanie II

Serek homogenizowany waniliowy (z mleka)

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami
Składniki: woda, ziemniaki, pieczarki świeże, marchew, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, udo z kurczaka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryż z jabłkami
Składniki: jabłko, ryż biały, mleko krowie, 2% tłuszczu, śmietana 18% (z mleka), cukier, masło ekstra (z mleka), cynamon, sól biała
Sos waniliowy z jogurtem greckim
Składniki: jogurt grecki (z mleka), cukier z prawdziwą wanilią
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Kolacja

DYREKTOR
Ośrodka Szkolno-Wychowawczego
im. Przyjaciół Dzieci
w Lubinie
mgr Łukasz Nowicki